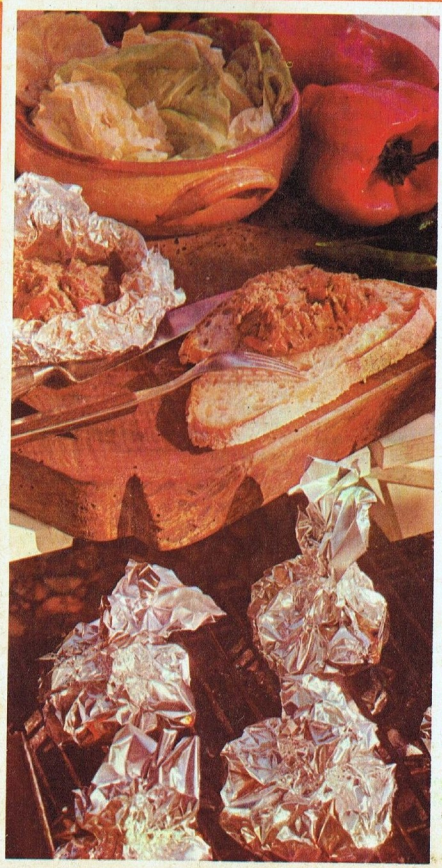
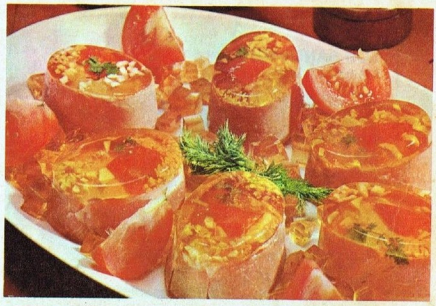
CURSO de COCINA de CHICHITA de ERQUIAGA

27





Sumario
Nº 27
Fiambres y Sandwiches

- **LOS SANDWICHES** 417
  Manteca y aderezos
- **LA MAYONESA** 418
  Reina de las salsas frías
  Pastas para untar
- **SANDWICHES** 420
  Para fiestas infantiles
- **LOS FIAMBRES** 421
  Un sinfin de sabores
- **FIAMBRES CASEROS** 422
  Matambre tradicional
  Matambre de mondongo
  Cima rellena
- **SANDWICHES**
  1 - Sandwich gigante
  2 - Sandwich piramidal
  3 - Sanwiches rebozados
  4 - Sandwiches de pan casero
  5 - Sandwiches empaquetados
  6 - Sandwiches rancheros abiertos
  7 - Sandwiches de miga frutados
  8 - Sandwiches de salchichas al Roquefort
  9 - Sandwiches de panceta

  423
- **FIAMBRES Y EMBUTIDOS**
  1 - Cartuchos de salame
  2 - Gelatina especial para servir con fiambres
  3 - Panqueques suflés
  4 - Tarteletas de morcilla
  5 - Embutidos surtidos con repollo
  6 - Lomito con salsa de mostaza
  7 - Suflé de jamón
  8 - Salchichas caseras
  9 - Huevos con jamón al limón
  10 - Jamón cocido a la miel

  428
- **DICCIONARIO DE FIAMBRES**

CURSO de COCINA de CHICHITA de ERQUIAGA

CURSO DE COCINA DE CHICHITA DE ERQUIAGA

Año 1 Nº 27

Es una publicación de ALBAR S.R.L. - Paraná 933 9º piso Capital Federal.
Directora responsable: CHICHITA DE ERQUIAGA
Coordinación: Elsa San Martín
Dibujos: Horacio Domingues - Mónica Barbato
Diagramación: Héctor Curcio
Foto tapa: Federico
Impresa en Buenos Aires, Argentina, en los Talleres Gráficos Recali S.A., Perdriel 1534, Capital Federal.
Queda hecho el depósito que previene la ley 11.723.

Todos los derechos de la obra reservados por ALBAR S.R.L. Prohibida la reproducción total o parcial, sin autorización previa.

Miembro de la Asociación Argentina de Editores de Revistas.
Distribuidor en Capital Federal: JUAN VIDAL e HIJOS S.A., Carlos Pellegrini 739 - 1º of. 4 - Capital Federal - Teléfono 392-8020.
Distribuidor en Interior: Distribuidora General de Publicaciones S.A. H. Yrigoyen 1450 Capital Federal Teléfono 38-9800
Registro de la Propiedad Intelectual: En trámite.
Correo Argentino Central "B" y Sup. Cabeceras. Franqueo pagado: Concesión Nº 4558
Tarifa Reducida: En Trámite

El invento más extraordinario de todos los tiempos

Sandwiches

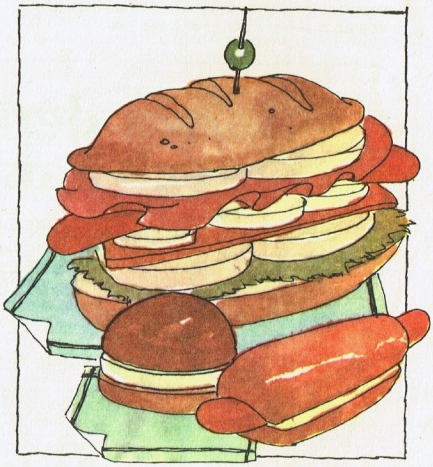
Como les dije en la entrega Nº 19, los sandwiches fueron inventados por un lord inglés, tan aficionado al juego de barajas que necesitó de ellos para satisfacer su apetito sin necesidad de interrumpir la partida. Originalmente, pues, el sandwich no es más que una comida que no requiere cubiertos, pues el pan, con su ineludible presencia, los hace innecesarios.

En materia de sandwiches, o de emparedados como se los designa en castellano, la variedad es prácticamente infinita. Siempre que existan dos rebanadas de pan y un alimento en el medio, existirán los sandwiches. De donde puede deducirse que es posible preparar tantos sandwiches diferentes como diferentes son los alimentos que integran la alimentación humana. El abuso que hacemos los argentinos del jamón y el queso, no nos puede hacer caer en el olvido de otras combinaciones tanto o más ricas que esa y, sin embargo, desaprovechadas con frecuencia por comodidad o rutina.

El pan, los aderezos del pan y las preparaciones que se ponen entre pan y pan, son los tres pilares de los que dependen la calidad del resultado final. Desde los escuálidos, secos y sosos sandwiches de miga de ciertas confiterías, donde el contenido pasa casi inadvertido por su consistencia extra delgada, hasta los suculentos emparedados de "Dagwood" (Toribio), que escapan de la historieta para demostrarnos que es posible armar un sandwich con todo lo que se encuentre en la heladera, los matices de la creatividad no tienen límites. No hay alimento que escape a esta posibilidad, ni aún los huevos fritos, aunque a veces se haga necesario recurrir al cuchillo y al tenedor para dar buena cuenta de esta creación culinaria en forma medianamente civilizada. Pero de ser así, como en el caso de los sandwiches "abiertos" con ingredientes jugosos, la preparación pierde la característica principal inventada por el lord que les dió la fama.

No ocurre lo mismo con algunas otras variantes de sandwiches, que sin recurrir al pan, responden a las pautas tradicionales. En este caso se encuentran las *"traviatas"* (jamón y queso entre galletitas de agua), los *"locatelli"* (sacramentos con pavita y mayonesa) y los de masa hojaldrada con cubierta de azúcar, rellena con fiambre y mayonesa.

Hombres, mujeres y niños gustan de los sandwiches, transformándolos en comodines tan aptos para el frugal almuerzo de un ejecutivo como para el opíparo manducamiento del picnic dominguero.



Sandwiches para todos

El valor nutritivo de un sandwich depende de la calidad y cantidad de los ingredientes que lo componen. No siempre los sandwiches tienen que resultar engordantes, si se tiene la precaución de emplear jamón desgrasado, hígado, blanco de ave, carne vacuna magra o matambre casero, como también cambiar la manteca por queso blanco sin sal y dejar de lado la yema de huevo para aprovechar solamente las claras cocidas y picadas. Más aún, las personas obesas pueden darse el lujo de comer un sandwich sin pan, si en lugar de este utilizan, para encerrar el relleno, dos tajadas del queso permitido.

La mayonesa
reina de las salsas frías

Con el nombre de *mayonesa o mahonesa* —mucha gente emplea incorrectamente el término "bayonesa"— se designa a una salsa preparada por emulsión de yema de huevo fresco con aceite comestible, sazonada con vinagre, jugo de limón, sal, pimienta y mostaza en polvo.

La mayonesa comercial buena no debe contener menos del 78% entre aceite y yema de huevo, debiendo estar especificado en el rótulo el porcentaje de almidón que incluya.

Las mayonesas que contengan menor porcentaje de aceite y huevo, y más agua, se denominan salsas o aderezos sobre la base de mayonesa.

El Código Alimentario Argentino prohibe expresamente la denominación "mayonesa sin huevo", aclarando que las salsas y aderezos que no contengan huevo no pueden de manera alguna denominarse "mayonesas".

La mayonesa es una "salsa madre" de la cocina internacional, constituyendo con la Salsa Holandesa los dos pilares fundamentales del grupo "Salsas a base de huevos".

Su nombre proviene de una palabra en desuso —"mayeu"— que en francés antiguo significa "yema de huevo", su principal ingrediente.

Salsas derivadas de la salsa mayonesa

Variedad	Agregar	Para servir con
Mayonesa Algeriana	Apio, langostinos o camarones	Pescados y canapés
Mayonesa Chantillí	Crema de leche batida	Espárragos, coliflor y alcauciles.
Mayonesa Gloucester	Crema agria, salsa inglesa, hinojos picados.	Pescado y huevos
Mayonesa (salsa) Golf	Ketchup, salsa inglesa.	Palmitos, espárragos, huevos pochés, pescados, langostinos y otros crustáceos.
Mayonesa Granadina o Andaluza	Tomates en conserva, morrones.	Aves, crustáceos, pescados, huevos pochés y duros.
Mayonesa Mosquetero	Mostaza, pepinitos en vinagre, alcaparras, estragón, perejil picado y puré de anchoas.	Carnes, aves, pescados cocidos al horno y servidos frios.
Mayonesa Remoulade	Cebolla picada, vino blanco, extracto de carne, echalote.	Milanesas de ave, carne o pescado servidas frias. Crustáceos, pescados hervidos, huevos pochés y duros.
Mayonesa verde	Espinaca, berros, perejil, perifollo y estragón.	Pescado.
Mayonesa Cole	Gelatina sin sabor y agua.	Huevos y pescados poché, canapés, crustáceos frios.
Mayonesa (salsa) Tártara	Mostaza, pepinitos en vinagre, alcaparras, estragón, perejil picado.	Milanesas de pescado, carne o ave, crustáceos, huevos poché y duros.

Variante de salsa Tártara
Yemas de huevo duro pasadas por tamiz, condimentadas con sal y vinagre, emulsionada con aeite, agragándole luego un puré de cebollines.

Manteca y aderezos

Caulquiera sea el pan elegido (de miga, salvado, centeno, soja, maíz, lactal, casero u otros, como de harina integral, gluten, de Viena o de miga), los sandwiches se preparan por tradición untando las rebanadas o planchas de pan de molde con una capa de manteca fresca.

No obstante esa manteca admite muchos aderezos que, en definitiva, son los que dan el sabor peculiar que distingue un sandwich de otro.

Algunas mantecas "compuestas", ya consagradas, son las siguientes:

- **Aromática**

100 gramos de manteca, 1 cucharadita de sal, páprika, sal de apio, y tomillo en polvo.

- **Con ajo**

100 gramos de manteca batida con 1 ó 2 dientes de ajo partidos por la mitad. Dejar descansar durante 30 minutos, retirar el ajo y utilizar. También puede batirse la manteca con el jugo de los ajos exprimidos, o bien con los dientes de ajo bien picaditos.

- **Con alcaparras**

100 gramos de manteca mezclada con 2 cucharadas de alcaparras desmenuzadas.

- **Con anchoas**

100 gramos de manteca batida con 1 cucharada de pasta de anchoas.

- **Con berros**

100 gramos de manteca mezclada con 2 cucharadas de berros frescos y bien lavados picados muy fino.

- **Con cebolla**

100 gramos de manteca batida con 2 cucharaditas de jugo de cebolla.

- **Con cebollines**

100 gramos de manteca batida con 2 cucharadas de cebollines picados.

- **Con Roquefort**

100 gramos de manteca con 50 gramos de queso Roquefort, todo bien batido o licuado.

Otros aderezos definitivamente arraigados en la historia del sandwich son la mostaza (ver entrega Nº 7), la salsa ketchup y la mayonesa, que muchas veces se utilizan simultáneamente, sobre todo a partir del apogeo de las hamburguesas. La mayonesa también cambia de sabores según se le adicione semillas de apio, comino o amapola, sales de apio, cebolla o ajo; queso rallado o pickles picados, cebollines, etc.

Para "estirar" la manteca

Para que la manteca rinda el doble, ponerla en un tazón, batirla e irle agregando *de a poco* leche, en la proporción de 1/4 litro de leche por cada 200 gramos de manteca. Con batidora eléctrica esta operación se hace en contados minutos.

Aderezos sencillos para sandwiches

- 1/2 taza de mayonesa + 1 cucharada de mostaza + 1 cucharada de pickles picados.
- 1/2 taza de mayonesa + 1 cucharada de apio rallado + 1 cucharada de cebolla rallada.
- 50 gramos de queso Roquefort + 1 cucharada de nueces picadas + 100 gramos de manteca.
- 200 gramos de ricota + 50 gramos de cebollitas en vinagre.
- 1 latita de picadillo de carne o de hígado + 1/2 cebolla rallada.

Pastas para untar

Las pastas para untar se caracterizan por su homogeneidad, la que se logra mediante el empleo de la licuadora o desmenuzando prolijamente los ingredientes, que suelen ser:

- Queso crema y perejil
- Pollo y apio
- Paté de foie o picadillo de carne
- Petit suisse y cebolla de verdeo
- Camarones y nueces
- Sardinas y salsa inglesa
- Huevos duros y anchoas
- Zanahorias ralladas y mayonesa
- Carne fría con salsa blanca
- Palta con mayonesa
- Palmito con salsa Golf

Sandwiches
para fiestas infantiles (rellenos)

"Marinos"
Atún al natural - mayonesa - remolachas hervidas y picadas— huevos duros picados, jugo de limón.
Mezclar todos los ingredientes y distribuir en planchas de pan de miga untadas con mayonesa.

"Morenitos"
Sardinas - manteca - cebolla rallada - huevos duros picados.
Mezclar las sardinas desmenuzadas con los demás ingredientes y untar rebanadas de pan negro.

"Bicolor"
Ricota, zanahoria rallada - mostaza - ciruelas negras picadas - manzana rallada, manteca.
Mezclar los ingredientes y distribuirlos en rebanadas de pan blanco untadas con manteca; cubrir los sandwiches con rebanadas de pan negro.

"Botecitos"
Palmitos picados - carne de pollo cocida y picada - manteca - mayonesa.
Mezclar los ingredientes y rellenar pancitos para Panchos, previamente ahuecados.

"Feliz cumpleaños"
Carne de pollo cocida y picada - nueces molidas - apio rallado - mayonesa - aceitunas verdes picadas - manteca - lechuga en juliana.

Mezclar los ingredientes, extenderlo sobre planchas de pan de miga untadas con manteca, cubrir con otra plancha de pan y cortar los sandwiches en triángulos.

"Batallón"
Salame de Milán cortado fino - queso Gruyere rallado - aceitunas negras picadas - pickles picados - mostaza, sal - pimienta - manteca.

Abrir al medio pancitos de Viena, untarlos con manteca, colocar las rebanadas de salame y sobre esta los demás ingredientes. Cubrir con la otra mitad de pan y calentar los sandwiches antes de servirlos.

"Ideales"
1 taza de verduras hervidas y picadas (espárragos, espinacas, corazones de alcauciles, berenjenas, choclos desgranados, zanahorias, zapallitos o coliflor) - mayonesa - picadillo de carne o jamón del diablo - nueces picadas.
Mezclar todo y rellenar pancitos de Panchos.

"Glotoncito"
Jamón cocido picado - queso Petit-Suisse - arvejas cocidas - apio picado - rodajas de huevo duro - jugo de limón - sal y pimienta.
Descortezar un pan de centeno, abrirlo al medio, untarlo con la mezcla de queso Petit Suisse, arvejas y apio, condimentada con jugo de limón y salpimentada. Extender encima jamón cocido y el huevo duro. Tapar el sandwich y cortarlo luego en 6 porciones.

Los fiambres
un sinfin de sabores

Los fiambres surtidos son una debilidad gastronómica nacional. Su elaboración se acrecienta y mejora año a año, desde la época del charqui (o charque), cuando se instalaron los primeros saladeros para evitar el desperdicio de la carne vacuna, que se descomponía por acción del tiempo y del calor.

Actualmente hay en el país unos 800 establecimientos dedicados a la elaboración de salazones, embutidos y chacinados, todos con el nombre genérico de *fiambres*.

Se trata de una extensa gama de productos muy diferentes en la que conviven las *pastas embutidas*, como la mortadela y el leverwurst, y los cortes de *porcino salados*, como la bondiola y el jamón.

De esta manera, los embutidos *frescos y secos* de la línea italiana, y los *cocidos* de la línea alemana, conforman la fuente "surtida", que en entradas o en picadas, están con frecuencia presentes en la mesa familiar.

● Las salazones

Son los órganos del animal, trozos de carne o de tejido adiposo, que han sufrido un proceso destinado a su conservación mediante la sal adicionada en forma masiva. Son salazones los siguientes productos:

- Bondiola
- Jamón crudo
- Jamón cocido
- Lengua salada
- Lomito de cerdo salado
- Panceta salada
- Paleta de cerdo salada

● Los chacinados

Define a toda la carne adobada y preparada que pueda ir *embutida*, es decir introducida a presión, dentro de una tripa orgánica o inorgánica. También hay chacinados *no embutidos*, como la cima, los matambres, las galantinas y la factura fresca.

El jamón

El jamón cocido se prepara con el muslo o pernil del cerdo, con o sin hueso, sometido a cocción. Como la paleta y el lomito, es una *salazón húmeda* que requiere que la carne sea inyectada con salmuera y masajeada para darle una mejor distribución. Luego es sumergida en salmuera de cura y, finalmente, dispuesta en moldes donde se realiza la cocción. Esta técnica permite prolongar la vida útil del producto, ya que de otro modo su duración no se prolongaría más de tres días.

Es virtualmente el único fiambre que no contiene un importante tenor de grasa, ya que ésta es muy visible y puede separarse con facilidad de las fibras musculares.

El *jamón cocido* puede integrarse a la alimentación de los niños a partir del 7mo. mes, siempre teniendo la precaución de desgrasarlo convenientemente. De esta manera es un reemplazante efectivo de la carne.

El *jamón crudo*, por su parte, se comercializa sin hueso, sometido a un proceso de maduración, deshuesado, prensado y envasado por mitades generalmente al vacío, sin ser sometido a cocción.

Es común confundir el jamón cocido con la *paleta de cerdo*, pero esta última es de calidad inferior. Se trata del miembro anterior del animal con sus músculos propios y parte de los que lo unen al tronco. Se expende cocida y deshuesada.

Una feta de jamón pesa alrededor de 15 gramos, de modo que en 100 gramos de jamón puede haber 7 ú 8 fetas.

● Fiambres caseros

Cima rellena

Hacer un corte profundo a una tapa de asado de 1 1/2 kg, de modo que quede en forma de bolsa. Salpimentarlo a gusto y rellenarlo con una mezcla de carne de cerdo picada, salchichas sin piel, queso untable, pan remojado en leche, manzana rallada y huevos, todo salpimentado y condimentado además con páprika y espolvoreado con 14 gramos de gelatina en polvo sin sabor. Coser la abertura, condimentarlo con sal, pimienta, páprika y jugo de naranja, y hornearlo envuelto en papel de aluminio durante 1 hora aproximadamente. Retirar el papel y proseguir la cocción hasta que la carne esté dorada.

Enfriar, cortarlo en fetas finas y servirlo como fiambre con ensaladas de hojas.

Matambre tradicional

1 - Desgrasar un matambre de 1 1/2 kg retirándole la mayor cantidad de grasa posible. Extenderlo bien y rociarlo con 5 cucharadas de vinagre de alcohol y dejarlo macerar durante 1 hora. Retirarlo y ubicarlo con la superficie desgrasada hacia arriba.

2 - Picar 1/2 taza de perejil y 8 dientes de ajo grandes. Pasarlos por licuadora y mezclarlos con 1 cucharada de orégano y 1 cucharada de ají molido picante.

3 - Cubrir el matambre con la mezcla y acomodar encima, en forma alternada, 2 zanahorias cocidas cortadas en bastones, 1 ají colorado y 1/2 ají verde, cortados en juliana, previamente rehogados.

4 - Ubicar en hilera en uno de los extremos del matambre 5 huevos duros. Espolvorear todo con 14 gramos (2 sobrecitos) de gelatina en polvo sin sabor. Durante la cocción la gelatina se disuelve y luego, al enfriarse el matambre, solidifica las vueltas de carne. De este modo las rodajas de matambre quedan perfectas y no se desarman al cortarlas.

5 - Arrollar el matambre comenzando por el extremo donde están alineados los huevos.

6 - Sujetar el rollo con hilo fuerte, ajustando bien cada vuelta. Coser las aberturas para mayor seguridad.

7 - Hervir el matambre en caldo durante 2 horas (ó 1 hora en olla a presión). Enfriarlo en el mismo caldo, retirarlo, envolverlo en papel celofán o manteca y dejarlo en la heladera. Cortarlo cuando esté bien frío en tajadas muy finas y servirlo como fiambre con guarniciones a gusto.

Matambre de mondongo

1 - Limpiar 1 1/2 kg de mondongo, rociar la parte interna con 6 cucharadas de vinagre de alcohol y dejarlo reposar durante 1 hora.

2 - Preparar un buen caldo con verduritas (apio, puerro, zanahoria, albahaca, etc.) y 2 cubitos de caldo de carne o de verduras y 1/2 cucharada de sal.

3 - Cuando el caldo rompa el hervor introducir el mondongo y hervirlo durante 1 1/2 hora (en olla a presión 30 minutos). Escurrir el mondongo en un colador, reservar el caldo y entibiar.

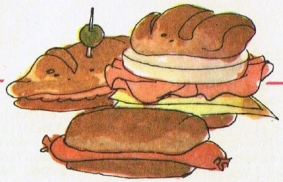
4 - Extender el mondongo en una placa con la parte esponjosa hacia arriba y ubicar en un extremo 200 gramos de jamón cocido o paleta cortado en tiras gruesas. Espolvorear con 100 gramos de queso fontina rallado y cubrir todo con 2 huevos batidos, sazonados con sal, pimienta e hierbas aromáticas a gusto.

5 - Distribuir 14 gramos de gelatina en polvo sin sabor (2 sobrecitos) y arrollar comenzando por el extremo donde se colocó el jamón. Atar con hilo fuerte en forma de paquete, coser las aberturas y pinchar todo el arrollado con un tenedor.

6 - Poner a hervir el caldo reservado y cocinar el matambre durante 1 1/4 hora. Dejar enfriar en el caldo, retirarlo, envolverlo en papel manteca o celofán y reservar en la heladera hasta que esté bien frío.

7 - Cortar en rebanadas finas y servirlas como fiambre, acompañadas de ensaladas varias de hoja, o con zanahorias ralladas.

Sandwiches



Sandwich gigante

Ingredientes para 6 porciones

Pan flauta de centeno, 1
Para untar: *Mayonesa, 2 cucharadas.*
Relleno: *Huevos duros, 2 - Leverwurst, 250 g - Pepino, 1 - Lechuga, unas hojas - Rodajas de tomate, 6 - Sal y pimienta, a gusto.*

Cortar el pan a lo largo, por la mitad. Untar con mayonesa, tapizar con lechuga, y disponer sobre ésta rodajas de huevo duro alternando con rodajas de leverwurst y de pepino cortadas fino, condimentadas a gusto. Cubrir con las rodajas de tomate y poner encima la tapa de pan sobrante. Cortar en porciones y servir.

Variantes de relleno para sandwiches de pan centeno:

1 - Jamón crudo con morrones.
2 - Jamón crudo con aceitunas negras.
3 - Jamón cocido con rodajas de tomate.
4 - Jamón cocido, huevo, y palta.
5 - Paté de hígado, queso crema y pepinitos en vinagre.
6 - Queso Roquefort, apio y queso crema.

Sandwich piramidal

Ingredientes para 3 porciones

Rebanadas de pan, 6.

Rellenos: 1-*Mayonesa, 2 cucharadas - Rabanitos en rodajas, 5 - Queso blanco, 2 cucharadas* **2** - *Salame de Milán, 3 fetas - Lechuga, 2 hojas* **3** - *Pepino, 4 rodajas - Huevo duro, 1 - Berro, unas ramitas.* **4** - *Jamón cocido, 2 fetas - Ají picante,* **1**-**5** -*Queso fundido, 50 g - Lechuga, 2 hojas.* **6** - *Cebollín, 1 - Tomate, 1 rodaja - Paté de foie, 2 cucharadas.*

Untar las 6 rebanadas de pan con abundante queso blanco y mayonesa. Ubicar una rebanada de pan en un plato y cubrirla con rodajitas de rabanito sazonadas, y queso blanco. Cubrir con otra rebanada de pan y acomodar el salame y la lechuga. Colocar otra rebanada de pan y cubrirla con pepino y rodajas de huevo duro y berro. Encimar otra rebanada de pan, y colocar sobre ésta el jamón cocido y el ají. Cubrir nuevamente con otra rebanada de pan, disponer sobre ésta el queso fundido y la lechuga. Colocar la última rebanada de pan y untarla bien con el paté, ubicar la rodaja de tomate y el cebollín. Coronar con un ramillete de berro.

Sandwiches rebozados

Ingredientes para 6 sandwiches

Rebanadas de pan lácteo, 12 - Jamón cocido, 6 fetas - Queso cuartirolo u otro tipo, 6 tajadas finas - Harina, cantidad necesaria - Huevo batido, 1 - Sal y pimienta, a gusto.

Descortezar las rebanadas de pan lácteo y armar 6 sandwiches de la siguiente manera: Colocar entre dos rebanadas de pan 1 feta de jamón cocido y 1 tajada de queso cuartirolo u otro elegido a gusto. Presionar bien para que el sandwich no se desarme, pasarlo por harina y luego por huevo batido. Condimentar a gusto con sal y pimienta. Repetir la operación con los sandwiches restantes y freirlos en aceite bien caliente. Servir en el acto acompañándolos con rodajas finas de tomate, salpimentadas y espolvoreadas con orégano molido, o hierbas aromáticas a gusto.

Sandwiches de pan casero

Ingredientes para 2 docenas

Masa: *Harina leudante, 500 g - Salvado de trigo, 100 g - Manteca, 50 g - Leche tibia, 300 c.c. - Sal, 1 cucharadita - Azúcar, 1 cucharada.*

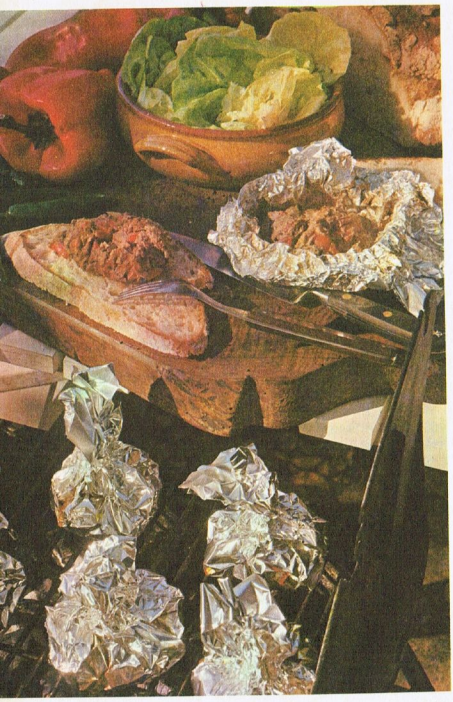
Relleno: *Salchichón picado, 250 g - Aceitunas verdes picadas, 100 g - Huevos duros picados, 2 - Salsa ketchup, 2 cucharadas - Queso crema, 2 cucharadas.*

Colocar la harina en un recipiente y mezclarla con el salvado de trigo. Agregar la manteca muy blanda, la leche tibia, la sal y el azúcar. Mezclar todo rápidamente hasta formar un bollo, cubrirlo con una servilleta y dejarlo reposar durante 10 minutos. Luego estirar la masa hasta 2 cm de espesor y cortar medallones con un cortapasta de 8 cm de diámetro. Colocar los medallones en una placa enmantecada y enharinada, pincelarlos con leche y huevo batido, y hornearlas a temperatura moderada durante 12 a 15 minutos. Retirar, cubrirlos con una servilleta, dejarlos enfriar y rellenar.

Relleno

Mezclar el salchichón picado con las aceitunas verdes picadas, el huevo duro picado, y la salsa ketchup. Cortar los panes por la mitad, untar las dos tapas de pan con el queso crema y rellenar con la preparación de salchichón.

NOTA: El salchichón se puede reemplazar por fiambre a gusto.



Sandwiches empaquetados

Ingredientes para 6 sandwiches

Carne vacuna cocida, 250 g - Cebolla rehogada, 1 - Zanahoria rallada fino, 1 - Ají picado y rehogado, 1 - Ajo picado, 1 diente - Hierbas aromáticas, 1 cucharadita - Aceite de oliva, 2 cucharadas - Sal y pimienta, a gusto - Pan, 6 rebanadas.

Picar muy fino, o licuar, la carne cocida y mezclarla con la cebolla rehogada, la zanahoria rallada fino, el ají rehogado, el ajo picado, las hierbas aromáticas y el aceite de oliva. Salpimentar a gusto y distribuir la preparación sobre las 6 rebanadas de pan. Ubicarlas sobre un papel de aluminio, cerrar cada una en forma de paquete y calentar en la parrilla o en horno a temperatura moderada durante 20 a 25 minutos. Servir calientes.

Sandwiches rancheros abiertos

Ingredientes para 7 sandwiches

Escalopes de bola de lomo o cuadril, 300 g - Sal y pimienta, a gusto - Ajo picado, 2 dientes - Perejil picado, 1 cucharada.

Varios: *Mostaza o salsa ketchup, a gusto - Panecillos o figazas chicas, 7.*

Cortar medallones de carne con un cortapasta de 10 cm de diámetro. Calentar al máximo la plancha para bifes y dorar los medallones vuelta y vuelta, dejándolos jugosos. Salpimentarlos a gusto y distribuir en cada uno 1 cucharadita de ajo y perejil picados. Rociar con aceite de oliva. Armar los medallones y servirlos calientes con mostaza o ketchup a gusto.

Sandwiches de miga frutados

Ingredientes para 24 sandwiches

Planchas de pan de miga, 500 g - Queso crema, 100 g - Mayonesa, 100 g - Jamón cocido, 100 g - Manzana rallada, 1 - Ananá picado, 1 taza - Frutillas, 100 g - Lechuga, unas hojas.

Untar la mitad de las planchas de pan de miga con queso crema, y la otra mitad con mayonesa. Cubrir unas planchas con jamón y luego con la manzana rallada rociada con jugo de limón. Cubrir otras planchas con jamón y ananá, y otras con frutillas cortadas en láminas y hojas de lechuga sin las nervaduras. Ubicar sobre los rellenos las planchas restantes, prensarlas, y cortar en porciones rectangulares o triangulares, a gusto.

Sandwiches de salchichas al Roquefort

Ingredientes para 6 sandwiches

Pan para panchos, 6 - Queso Roquefort, 50 g - Manteca, 1 cucharada - Vermut, 2 cucharadas - Salchichas de Viena, 6.

Cortar a lo largo una tapita superior a los panes y ahuecarlos. Aparte, mezclar el queso Roquefort con la manteca y el vermut hasta que resulte una crema. Rellenar el hueco de cada pan, ubicar una salchicha de Viena en la abertura de la cubierta y presionar bien. Acomodar los sandwich en una placa, cubrirlos con papel aceitado y hornearlos durante 10 a 12 minutos a temperatura moderada. Servir calientes.

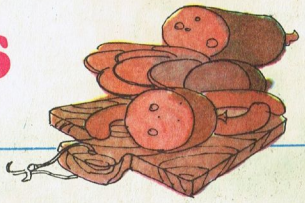
Sandwiches de panceta

Ingredientes para 12 sandwiches

Panceta ahumada cortada en lonjas, 200 g - Jugo de limón, 2 cucharadas - Mostaza, 1 cucharada - Ananá, 12 rodajas finas - Azúcar rubia, cantidad necesaria - Panecillos redondos, 6.

Calentar la plancha y dorar las lonjas de panceta. Salarlas, rociarlas con el jugo de limón y pincelarlas con la mostaza. Espolvorear las rodajas de ananá con azúcar rubia y gratinarlas a calor vivo. Cortar los panecillos por la mitad y rellenarlos con la panceta y el ananá calientes. Ubicar los sandwich en una fuente y, si se desea, acompañar con salchichas ahumadas, mostaza y filetes de almendras, puestos en fuentecita aparte.

Fiambres



Cartuchos de salame

Ingredientes para 12 cartuchos

Salame cortado fino, 12 fetas - Queso blanco, 200 g - Cebollitas en vinagre picadas, 1 cucharada - Aceitunas verdes picadas, 50 g - Sal y pimienta, a gusto.

Mezclar el queso blanco con las cebollitas en vinagre picadas y las aceitunas verdes picadas. Salpimentar a gusto, arrollar el salame en forma de cartucho y rellenar con la preparación de queso. Acomodar en una fuente, decorar con aceitunas, y en el centro disponer 500 g de ensalada rusa.

Gelatina especial para servir con fiambres

Ingredientes para 8 porciones

Gelatina de limón, 1 caja - Caldo caliente desgrasado, 1/2 taza - Vino blanco helado, 1 taza - Remolacha cocida, 1 - Sal y pimienta, a gusto - Apio picado, 1/2 taza - Zanahorias cocidas ralladas grueso, 1 taza - Palta picada, 1 - Melón en daditos, 1 taza - Hojas de berro, 1/2 taza - Queso blanco, 50 g - Mayonesa, 50 g.

Fiambres: *Jamón cocido, 100 g - Salchichón alemán, 100 g - Pastrón, 100 g - Peceto ahumado, 100 g - Lomito, 100 g.*

Disolver la gelatina de limón en el caldo caliente, agregar el vino helado previamente licuado con la remolacha, y dejar enfriar. Cuando la mezcla comience a solidificar, añadir sal y pimienta a gusto, el apio picado, las zanahorias cocidas ralladas grueso, la palta picada, el melón cortado en daditos, y las hojas de berro. Mezclar con movimientos envolventes, y verter en un molde acanalado, ligeramente untado con aceite. Luego desmoldar, decorar con ramitas de berro y coronar con un copete de queso crema mezlado con mayonesa. Disponer los fiambres, en hilera, en fuente aparte.

Panqueques suflés

Ingredientes para 6 panqueques

Yemas, 2 - Leche, 400 c.c. - Harina, 220 g - Manteca derretida, 1 cucharada para postre - Sal y pimienta, a gusto - Claras batidas a nieve, 2.

Relleno: *Cebolla picada y rehogada en aceite, 200 g - Panceta, 100 g - Lomito, 100 g - Harina, 2 cucharadas - Leche caliente, 1 taza - Queso Gruyere, 100 g - Sal y pimienta, a gusto.*

Licuar durante 15 segundos, a velocidad máxima, las yemas, la leche, la harina y la manteca derretida. Salpimentar a gusto, retirar e incorporar las claras batidas a nieve, bien firmes. Calentar una panquequera y verter de a poco una porción de la preparación, moviendo la sartén para que la pasta cubra la superficie. Hacer todos los panqueques, dorándolos de ambos lados, y rellenándolos.

Relleno

Mezclar la cebolla picada y rehogada en aceite, con la panceta y el lomito, cortados en dados o en trocitos chicos. Agregar la harina y la leche caliente. Cocinar durante unos segundos. Retirar y añadir el queso Gruyere cortado en daditos. Sazonar a gusto y rellenar los panqueques, formando una pila. Colocar en la cubierta algunos trocitos de lomito, y mantener calientes en el horno hasta el momento de servir. Acompañar con ensaladas a gusto.

Tarteletas de morcilla

Ingredientes para 12 tarteletas

Masa: *Manteca, 100 g - Harina, 500 g - Huevo, 1 - Sal, 1 cucharadita - Vino blanco, 1/2 vaso.*

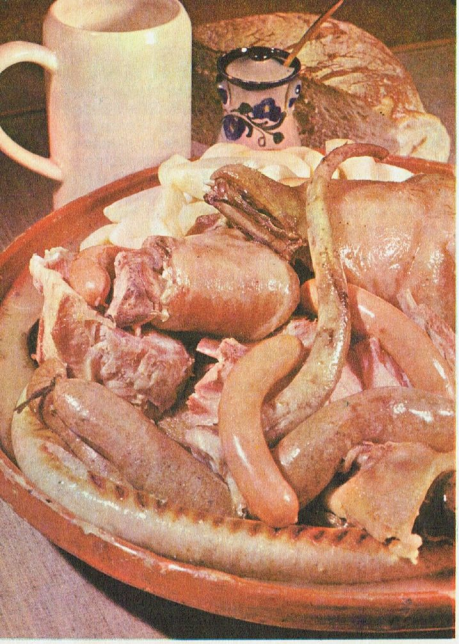
Relleno: *Aceite, 4 cucharadas - Cebolla picada, 1 - Ají picado, 1 - Tomates triturados, 1 lata - Fécula de maíz, 1 cucharada - Morcillas, 4 - Queso fundido, 200 g.*

Desmenuzar la manteca en la harina, agregar el huevo, la sal y el vino blanco. Mezclar rápidamente, tomar la masa, dejarla reposar durante 20 minutos y luego estirarla hasta 3 mm de espesor. Forrar moldes para tarteletas de 12 cm de diámetro, enmantecados y enharinados. Rellenar con la preparación de tomate, colocar encima rodajitas de morcilla y hornear durante 20 minutos a temperatura moderada. Retirar, salpicar con trocitos de queso fundido, y gratinar durante 5 minutos. Servir caliente.

Relleno

Calentar el aceite y rehogar la cebolla y el ají picados. Agregar los tomates triturados y condimentar a gusto. Cocinar durante 10 minutos. Disolver la fécula de maíz en un poquito de agua fría, añadirla al relleno y proseguir la cocción durante 5 minutos más.

NOTA: También se pueden emplear chorizos de buena calidad.



Embutidos surtidos con repollo

Ingredientes para 8 porciones

Aceite, 4 cucharadas - Panceta cortada en dados, 100 g - Cebolla picada, 1 - Ajo picado, 2 dientes - Patita de cerdo, 1 - Cueritos de cerdo, 200 g - Rabo de cerdo, 1 - Caldo caliente, 500 c.c. - Chorizos, 4 - Salchichas alemanas, 6 - Repollo blanco, 1 kg - Manzanas ácidas, 500 g - Agua, 500 c.c. - Jugo de 2 naranjas - Sal y pimienta, a gusto.

Calentar el aceite y rehogar la panceta cortada en dados junto con la cebolla y los ajos picados muy fino. Incorporar la patita de cerdo, los cueritos de cerdo y el rabo de cerdo. Cocinar durante 20 minutos agregando el caldo en dos veces. Añadir los chorizos y las salchichas alemanas. Cocinar durante 15 minutos más a temperatura moderada y agregar las manzanas ácidas cortadas en cuartos. Cocinar durante 6 minutos más e incorporar el repollo blanco cocido. Servir todo bien caliente.

Cocción del repollo
Colocar el repollo cortado muy fino en una cacerola, agregar 500 c.c. de agua y el jugo de naranja. Cocinar durante 15 minutos, escurrir, salpimentar a gusto y servir.

Lomito con salsa de mostaza

Ingredientes para 6 porciones

Fiambre de lomito ahumado, 12 tajadas - Mayonesa, 4 cucharadas - Mostaza, 2 cucharadas - Pepinitos en vinagre, 1 cucharada - Jugo de naranja, 3 cucharadas - Sal y pimienta, a gusto.

Guarnición: *Ensalada rusa o de hojas, cortadas en juliana, cantidad necesaria - Huevos duros, 2.*

Acomodar en una fuente las tajadas de fiambre de lomito ahumado, ubicándolas en forma escalonada. Aparte, mezclar la mayonesa con la mostaza y los pepinitos en vinagre. Unir muy bien estos ingredientes e incorporar lentamente el jugo de naranja. Salpimentar a gusto y salsear las tajadas de lomito. Completar la fuente con ensalada rusa o de hojas cortadas en juliana. Espolvorear con los huevos duros picados fino.

Suflé de jamón

Ingredientes para 1 kg aproximadamente

Jamón cocido, 200 g - Salsa bechamel, 500 g - Crema de leche, 100 g - Yemas, 4 - Coñac, 1 vasito - Claras batidas a nieve, 4.

Picar finamente el jamón cocido, agregarle la salsa Bechamel y la crema de leche. Mezclar bien e incorporar las yemas, una a una, batiendo después de cada adición. Añadir el coñac y, por último, las claras batidas a punto nieve. Verter en un recipiente para horno de 25 cm de diámetro, bien enmantecado, y hornear a temperatura moderada durante 20 minutos, y 20 minutos más a temperatura suave. Servir en el momento.

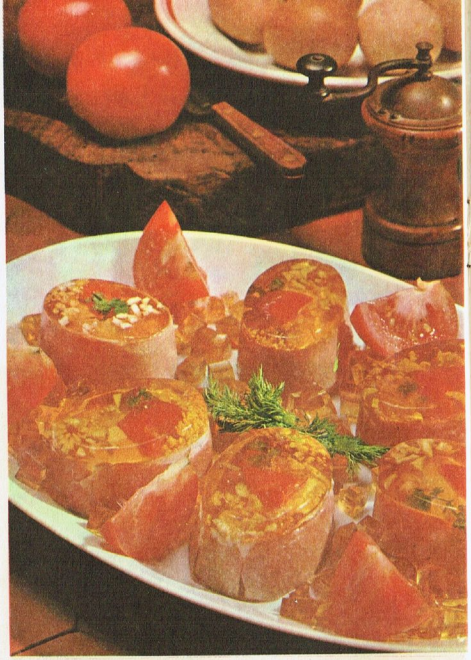
Salchichas caseras

Ingredientes para 1 1/2 kg.

Tocino, 500 g - Carne de cerdo, 1 kg - Sal fina, 30 g - Pimienta en polvo, 3 g - Especias, 3 g.

Cortar el tocino y la carne de cerdo en tiras y triturarlas en la máquina de picar o en la multiprocesadora. Agregar la sal, la pimienta y las especies. Embutir en las tripas que venden en el comercio, atar formando salchichas del largo que se desee y conservarlas en la heladera. Con la misma preparación, pero embutiendo en tripa gorda, se pueden hacer salchichas de diámetro mayor.

Huevos con jamón al limón

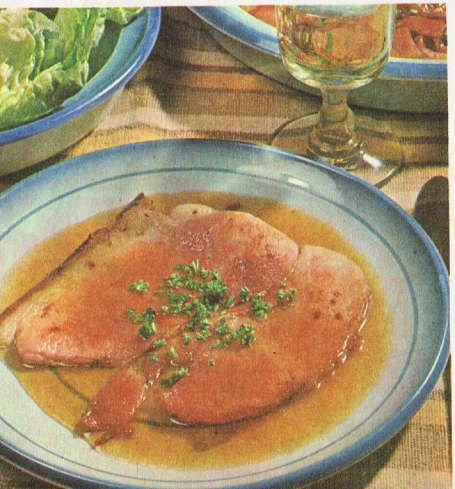


Ingredientes para 6 huevos

Gelatina de limón, 1 paquete - Jamón cocido, 6 lonjas - Perejil, unas hojitas - Yema de huevo cocida, 1 - Huevos duros, 6 - Queso crema, 3 cucharadas - Queso Roquefort, 50 g - Sal y pimienta, a gusto - Cuartos de tomate, para decorar.

Preparar la gelatina siguiendo las indicaciones del envase, pero reduciendo la cantidad de agua a la mitad y agregando 1 cucharada de jugo de limón. En moldes pequeños ovalados o tipo flancito, verter una cucharada de la gelatina de limón ya preparada, y dejar enfriar. Hacer sobre la gelatina una decoración con hojitas de perejil y yema de huevo picada. Adherir a las paredes de cada molde una tira de jamón, cubrir con otra cucharada de gelatina, y dejar enfriar en la heladera. Aparte, cortar los huevos duros a lo largo, retirar las yemas para mezclarlas con el queso crema y el queso Roquefort, haciendo un puré. Rellenar las claras cocidas, y unirlas de a dos armando nuevamente el huevo. Colocarlos dentro de los moldes rellenando con gelatina hasta cubrir el huevo. Enfriar nuevamente. Una vez solidificada la gelatina, desmoldar cada huevo sobre un medallón de pan untado con mayonesa. Decorar la fuente con cubitos de gelatina y cuartos de tomate.

NOTA: Para desmoldar la gelatina, pasar rápidamente los moldes por agua caliente.

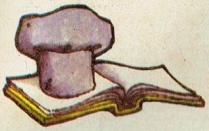


Jamón cocido a la miel

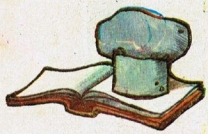
Ingredientes para 6 porciones

Rodajas gruesas de jamón cocido, 6 - Manteca, 4 cucharadas - Vinagre, 2 cucharadas - Vino blanco, 2 cucharadas - Sal y pimienta de Cayena, a gusto - Miel, 4 cucharadas.

Colocar en una placa para horno las rodajas de jamón cocido, salpicarlas con la manteca cortada en trocitos, rociar con el vinagre, luego con el vino, salpimentar a gusto, y distribuir encima la miel. Hornear a temperatura máxima durante 15 minutos, retirar, espolvorear con el perejil picado y servir caliente con ensaladas a gusto.



Diccionario de fiambres



1 - Chacinados: embutidos frescos

Butifarra: Pasta cocida de carne de cerdo y de vaca, sal y especias.
Codeguín: Carne de cerdo y vaca, con cuerito de cerdo, sal, salitre, especias y vino blanco.
Chorizos: Carne de cerdo, vaca u ovino, con tocino, sal y especias.
Longaniza: Carne de cerdo, ají picante, vino, anís e hinojo.
Salchicha: Carne de cerdo y de vaca con tocino, sal, salitre y especias.

2 - Chacinados: embutidos secos

Cervelet: Carne y grasa de cerdo picadas con sal, salitre, azúcar negra y pimienta blanca.
Chorizo a la española: Carne de cerdo y de vaca ahumada, con tocino, sal, salitre, clavo de olor, pimentón dulce, nuez moscada, orégano, ajo y vino tinto.
Salame: Carne de cerdo y de vaca con tocino, sal, salitre, azúcar, especias y vino blanco.
Salamines: Carne de cerdo y de vaca con tocino, sal, salitre, azúcar, especias y vino.

3 - Chacinados: embutidos cocidos

Morcilla: Sangre y carne de cerdo y de vaca, con tocino, sal, salitre, especias y vino blanco.
Morcilla de hígado: Sangre y carne de cerdo y vaca, con hígado de cerdo, con o sin sal, pimienta blanca, orégano, clavo de olor, coriandro, cebolla y fécula de maíz.
Morcillón de lengua: Carne de vaca y cerdo, con cueritos de cerdo y lengua moldeada, con sal, pimienta negra molida, clavo de olor, orégano, tomillo, coriandro, mejorana y cebolla.
Mortadela: Carne de cerdo y vaca con tocino, azúcar, salitre, leche en polvo y especias. Mezcla embutida en bolsitas de plástico, tripas cocidas o vejigas y esófagos cocidos.
Salame: Carne de cerdo, o cerdo y vaca, con tocino, sal, salitre, azúcar, especias y vino blanco.
Salame polonés: Carne y grasa vacuna con sal, ajo pisado, nuez moscada, clavos de olor, coriandro y fécula de maíz.
Salchichón: Similar a la mortadela, embutido en intestino grueso de vaca.
Sobreasada: Carne de cerdo y vaca con sal, salitre, pimentón y especias.

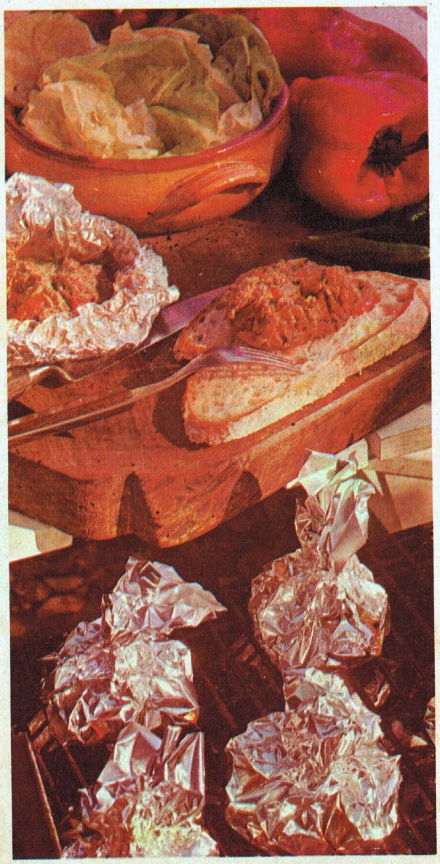
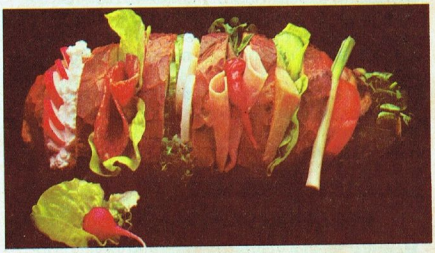
4 - Chacinados no embutidos

Arrollado criollo: Cabeza de cerdo, carne y tendones vacunos, sal, salitre, ají pisado, vinagre blanco y harina, sometido a cocción.
Cima: Recortes de otros chacinados y pastas preparadas con especias, legumbres, verduras, huevo y féculas, introducidos en bolsa de matambre curado.
Galantinas: Carne de cerdo y vaca, con cuerito picado y vino, envueltos en epiplón de vacuno (repliegue del peritoneo que sujeta el intestino del animal al abdomen) sometido a cocción.
Matambre arrollado: Músculo cutáneo del vacuno, curado, adobado, arrollado y sometido a cocción.
Queso de cerdo: Cabeza y cuero de cerdo con carne de vaca, sal, salitre, pimienta, nuez moscada, clavo de olor, canela, arvejas, ají picante, ajo, piñones, vinagre blanco y harina de trigo.
Picadillo de jamón: Carne de cerdo, tocino y carne vacuna con sal, pimienta blanca, ají picante, menta, arvejas secas partidas, vino blanco, harina de trigo, sometido a cocción.

Salazones

Bondiola: Músculos del cuello del cerdo sometidos a un proceso de maduración introducidos en tripa orgánica o plástica y atado fuertemente.
Jamón cocido: Trozos de carne que han sufrido un proceso destinado a su conservación mediante la sal adicionada en forma masiva.
Jamón crudo: idem.
Paleta de cerdo: Idem.
Panceta salada: Trozos del tejido adiposo y muscular de la región abdominal del cerdo.
Tocino salado: Trozos del tejido adiposo de la región dorso-lumbar (espalda) del cerdo, y de la papada, sometidos a la acción de la sal en seco.
Unto salado: Salazón preparada con los depósitos cavitarios de grasa de cerdo, sometidos a la acción de la sal en seco, arrollados o no.

CURSO de COCINA de CHICHITA de ERQUIAGA

27

$a 130